

DINNERLY



Zoetzure wraps met vegan gehakt met hoisin-dip en ingelegde wortel



ca. 30min



2 personen

Wraps zijn ontzettend veelzijdig en bij Dinnerly krijgen we er niet genoeg van om telkens nieuwe recepten voor deze platte heerlijkheden te bedenken. Vandaag presenteren we weer een lekkere variatie, met vegan gehakt, knapperige paprika en ingelegde wortel. En als bijzondere verrassing maak je een dip van hoisin en mayonaise. Dat wordt smullen!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 paprika
- 1 bosui
- 1 wortel
- 200g vegan gehakt ³
- 50ml hoisinsaus ^{1,2,3}
- 1x tortilla's ¹

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 2el vegan mayonaise
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- 2 middelgrote koekenpannen
- dunschiller

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), sesamzaad (2), soja (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 697kcal, vet 31.6g, koolhydraten 72.3g, eiwit 24.0g



1. Groente voorbereiden

Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snij het **vruchtvlees** in kleine blokjes. Snijd het **groen** en het **wit** van de **bosui** afzonderlijk in dunne ringen. Pel 2 tenen knoflook en hak ze fijn. Schil de **wortel** en snij met de dunschiller in dunne linten.



2. Wortel inleggen

Los ½tl suiker en een flinke snuf peper en zout op in 1el lichte azijn. Schep dit inlegmengsel door de **wortel** en zet opzij om in te trekken.



3. Groente en gehakt bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1el plantaardige olie. Voeg de **paprika** en **witte bosui** toe en roerbak 2-3min op hoog vuur tot de **groente** zacht is. Zet het vuur iets lager, voeg het **vegan gehakt** en de knoflook toe en bak in 3-4min goudbruin. Breek het **gehakt** daarbij met een spatel in kleinere stukjes.



4. Sauzen maken

Meng de **helft van de hoisin** met 2tl lichte azijn. Roer de **rest van de hoisin** en **1tl inlegvocht** door 2el vegan mayonaise, en kruid met een snuf peper en zout.



5. Afmaken en serveren

Verhit een tweede middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en warm **4 tortilla's** om de beurt op in ca. 15sec per kant. Bestrijk de **tortilla's** met de **hoisin-azijnsaus** en beleg ze met het **vegan gehakt**, de **gebakken paprika** en de **ingelegde wortel**. Bedruppel met de **hoisin-mayonaise**, bestrooi met de **groene bosui** en serveer.



6. Extra crunch?

Van de rest van de tortilla's kun je zelf chips maken! Verwarm de oven voor op 200°C. Snijd de tortilla's in driehoekjes ter grootte van chips en hussel ze om met 2el olijfolie en een flinke snuf peper en zout. Leg de stukjes zonder dat ze overlappen op een bakplaat met bakpapier en bak in 4-6min krokant. **Let op:** ze kunnen snel aanbranden. Haal uit de oven en laat afkoelen.